

DAFTAR PUSTAKA

- Anshori, A. D. (2016). Pengaruh Senam Tera Terhadap Tingkat Stress pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 6(2), 1–7.
- Darmawan, H. (2018). Asupan Natrium dan Status Gizi terhadap Tingkat Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Makassar. *JurnalKes*, Vol.25, p. 12.
- Eriyanti. (2016). Pengaruh Senam Tera terhadap Tekanan Darah. *Jurnal Kesehatan* Vol.3 No.2.
- Fatimah, N. (2017). Efektifitas Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lanjut Usia Dengan Arthritis Gout. *Jurnal Kesehatan* Vol. 1 No.3.
- Firmansyah, M. R. (2017). Hubungan Merokok dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, Volume 8, p. 2.
- Fletcher, G. F., Ades, P. A., Kligfield, P., Arena, R., Balady, G. J., Bittner, V. A., Williams, M. A. (2013). Exercise Standards for Testing and Training: a Scientific Statement From the American Heart Association
- Kemendes RI. (2018). Profil Kesehatan Indonesia 2019. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes.RI. (2017). Karakteristik Lansia. Kementerian Kesehatan RI
- Khasanah. (2020). Pengaruh Senam Tera Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Komplek Lipi RW 010 Rawapanjang Bojong Gede Bogor. *Jurkes* Vol.1 No.2.
- Kodri, R. (2016). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Aktivitas Sehari-hari. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betrik*, XII(1), 81–89.
- Nindiana, R., Purwanto, E., & Nulhakim, L. (2023). Pengaruh Senam Tera Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Aspiration of Health Journal*, 1(2), 173-186. Health, Volume 1, p.4
- Novitasari, F., Setioputro, B., & Roymond. (2013). Pengaruh Senam Tera terhadap Kadar Gula Darah Lansia dengan Diabetes Melitus di Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember. *Jurnal Kesehatan Dr.*

Soebandi, 1(2)

- Nurjanah. (2019). Pengaruh Senam Tera Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Komplek Lipi Rw 010 Kelurahan Rawapanjang Bojong Gede Bogor. Universitas Muhammadiyah.
- Nurhayati, E. L., Gusman, W., & Winanda, S. (2019). Pelatihan Senam Tera Untuk Menurunkan
- Draha Tinggi Di Kelurahan Helvetia. *Jurnal Mitra Keperawatan Dan Kebidanan*, 1(2)
- Parwati, N. M., Karmaya, N. M., & Sutjana, D. P. (2013). Senam Tera Indonesia Meningkatkan Kebugaran Jantung Paru Lansia di Panti Werdha Wana Seraya Denpasar. *Jurnal Kesehatan*, 1.
- Pradana, S. A. Z. (2018). *Pengaruh senam tera terhadap penurunan tingkat kecemasan (ansietas) pada lansia di panti tresna werdha hargo Dedali surabaya* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Sari, ratna indria. (2011). Senam Tera Indonesia. *Kesehatan Keluarga DOKTER KITA Edisi 3*, 3.
- Sari, I. K., Sartiwi, W, Sandra, H, & Eliza. (2024). Pengaruh Senam Tera Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika Volume 6 Nomor 1*
- Segita,R. (2022). Pengaruh Senam Tera Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Lansia Hipertensi. *Jurnal Public Healt*. Volume 9; No.1 (Juli, 2022): 16-24
- Sudarni, N. W., Sudarman, & Afni, N. (2018). Faktor Resiko Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Ogodopi Wilayah Kerja Puskesmas Kasimbar Kabupaten Parigi Moutong. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 1.
- Windri, T. M., Kinasih, A., & Sanubari, T. P. E. (2019a). Pengaruh Aktiifitas Fisik dengan Kualitas Hidup Lnasia Hipertensi Di Panti Wredha Maria Sudarsih Ambarawa. *Jurnal Mitra Pendidikan (JMP Online)*, 3(1).
- Windri, T. M., Kinasih, A., & Sanubari, T. P. E. (2019b). Pengaruh Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Panti Wredha Maria Sudarsih Ambarawa. *Jurnal Mitra Pendidikan (JMP Online)*.
- Yulistina, F. (2017). Korelasi Asupan Makanan, Stres, dan Aktivitas Fisik denganHipertensi pada Usia Menopause. *Unnes Journal Of Public*.